|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| День 2 (с 1,5- 3 лет) |  |  |
| Завтрак | Каша манная молочная жидкая | 175,0 | 2,01 | 3,20 | 13,50 | 90,58 | 0,0 | 2.1 | 151 |
|  | Бутерброды с маслом | 23,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0 | 2.3 | 1 |
|  | Какао с молоком | 150,0 | 3,15 | 2,715 | 12,96 | 88,995 | 1,2 | 2.4 | 397 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 2.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **443,0** | **10,641** | **11,888** | **59,279** | **389,69** | **13,125** |  |  |
| Обед | Суп картофельный с рыбой | 150,0 | 18,48 | 1,99 | 9,9 | 145,6 | 5,47 | 2.7 | 96 |
|  | Голубцы ленивые | 100,0 | 13,3 | 11,1 | 10,8 | 197,0 | 0,8 | 2.8 | 298 |
|  | Соус сметанный № 354 | 15,0 | 0,3 | 0,9 | 1,1 | 14,0 | 0,01 | 2.9 | 354 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 150,0 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 2.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 2.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **455,0** | **21,17** | **17,109** | **61,03** | **480,29** | **12,956** |  |  |
| Полдник | Гренка молочная | 50,0 | 4,38 | 4,50 | 17,74 | 124,0 | 0,10 | 2.12 | 58 |
|  | Кефир | 160,0 | 4,1 | 4,2 | 10,0 | 96,0 | 0,42 | 2.13 | 401 |
| **Суммарный объем блюд** | **210,0** | **10,89** | **6,78** | **31,09** | **229,005** | **0,54** |  |  |
| Ужин |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Рыба отварная с соусом польским | 80,0 | 10,9 | 6,9 | 0,8 | 109,0 | 0,498 | 2.14 | 369 |
|  | Пюре картофельное | 110,0 | 2,8 | 3,8 | 11,8 | 94,0 | 8,53 | 2.15 | 321 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 2.16 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 10,0 | 1,228 | 0,428 | 8,372 | 42,886 | 0,0 | 2.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **350,0** | **24,448** | **11,795** | **39,262** | **210,16** | **13,528** |  |  |
| **Итого за второй день** |  | **1458,0** | **67,149** | **47,572** | **190,661** | **1309,145** | **40,149** |  |  |